

Vores vilde spisekammer i november!

Da det er helt vildt godt med alle de gode vilde urter, som man kan finde rundt om i naturen i haver, parker, vejkanter osv, samt ude på & omkring dyrkede marker(endnu 1 særdeles god grund til, at der dyrkes økologisk!), så kommer her noget om det! For ellers er situationen forrykt, idet vi herhjemme importerer mange, mange spiselige ting fra fjerne lande & andre verdensdele, og så har vi så mange gode ting ude i naturen, som vi kan spise eller bruges til & lave drikke af!!!

Og så er det altså helt vildt, at man ikke engang i skolen lærer noget om alle disse gode vilde sunde urter, som ellers er sunde & helt gratis at plukke, samt gir folk masser af frisk luft & god motion, når de bringes hjem.

Ta bare mælkebøttens eller tusindfryds blomster, som er gode til salater, drikke & desserter

Nu her i efteråret, så er der endnu tid & god grund til at samle SVUB(=Spiselige vilde urter/blomster) & tørre dem til brug i madlavningen, når alt det grønne er væk. Men også til te, urte-te, for så er de tørrede urter de altså bedste, de mest givende.

Mht salat, så månedssalaterne alle tiders. Det vil sige, at man plukker 1 eller 2 "blade" af alle de SVUB man kan finde på en god gå-tur. Dét findeler man & så får man 1 portion oktober-salat, november-salat... eller "uge 48-salat". Dét man så ikke lige spiser er alle tiders & gemme & fx bruge som drys senere!

På samme måde, så kan man dagligt lave en dagens "Blomster i vand-drik"(se www.poulganer.dk), fx ved & putte urterne i flaske eller kande m vand. Og når drikken er drukket, så kan man jo la flaskens "blomster"(alle SVUB-"urter" kan anvendes hertil) indgå i dagens salat!

Her følger så liste over nogle af tidens vigtigste spiselige vilde urter/blomster. (Hvis der et B efter "urten", så betyder det, at det er blomsten, som er anvendelig. Og frø = F.)

Når S, så er stilken god. Når ingenting står, så bladene = b!)

Brændenælde(b,B), brombær, brøndkarse, cikorie(B), dueurt'(B,b), døvnælde(B,b), fuglegræs, gederams(B,b), gråbynke(især F!), gyldenris(B), hindbær, hyben(B), kornblomst(B), lyng(B), lærk, meller, mjøduert(b, S), morgenfrue(B), mælkebøtte(B, b), natlys(B), perikum(B), roset springklap, røllike(B,b), skvalderkål(b, S), skovmærke(b,S), syre-alm(b, F), sødskærm(sidste! b, S), tusindfryd(B,b), vandmynte, vejbred(bred & lancet), vild stedmoder(B), vild kørvel.

Herudover er der også nogle dyrkede, som er så almindelige, så de næsten burde regnes til SVUB-urter. Det er for denne tid flg: morgenfrue(B) & sct. hansurt(B, b), samt krydderurter som merian, mynte & timian.

Af bær bruges nu bl.a. blåbær, brombær, hvidtjørn, hyben, hyld eller seljerønnebær. Hvis man har ? mht SVUB, så er man velkommen til & spørge undertegnede, såvel telefonisk, via nettet eller man er da også velkommen til at kigge forbi mig i Alken, hvor jeg godt 100 m fra toget (mellem Ry & Skanderborg) har

et galleri (= Grønt Galleri Alken), hvor der er udstillet nogle af årstidens SVUB!

Ha nogen gode ture ud i vores alles vilde spisekammer!

Velbekomme-hilsner fra

Poul Ganer. Alkenvej 46, Alken, 8660 Skanderborg, poul@ganer.dk